

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN HARDINESS  
DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA WANITA BEKERJA**

**NASKAH PUBLIKASI**

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam Derajat Sarjana S-1



Diajukan Oleh :

**GALUH DHARMASTUTY**

**F.100110085**

Kepada

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2016**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN HARDINESS  
DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA WANITA BEKERJA**

Diajukan Oleh :

**GALUH DHARMASTUTY**

**F.100110085**

Telah disetujui untuk dipertahankan

Didepan Dewan Penguji

Oleh:

Pembimbing Skripsi



**Dr. Nanik Prihartanti. M.Si**

**Tanggal, 31 Maret 2016**

...

## HALAMAN PENGESAHAN

### **HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN HARDINESS DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA WANITA BEKERJA**

Yang Diajukan Oleh :

Galuh Dharmastuty

F.10011008

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji


Pada tanggal

09 Mei 2016

dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Penguji Utama

Dr. Nanik Prihartanti, M.Si




Penguji Pendamping I

Rini Lestari, S.Psi., M.Si



Penguji Pendamping II

Usmi Karyani, S.Psi., M.si



Surakarta, 09 Juni 2016

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Fakultas Psikologi



**Taufik, M.Si., Ph.D**

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidak benaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggung jawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 01 April 2016

Penulis



Galuh Dharmastuty

F.100 110 085

# HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN *HARDINESS* DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA WANITA BEKERJA

Galuh Dharmastuty

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

[galuhdharmastuty@gmail.com](mailto:galuhdharmastuty@gmail.com)

## Abstrak

Kesejahteraan psikologis merupakan suatu keadaan yang dialami oleh individu baik itu bahagia atau tidak bahagia, puas atau senang yang dirasakan oleh dirinya baik itu mengenai masalah dan kepuasan dalam hidupnya sehingga bisa membantu individu dalam mengontrol kehidupan dan tumbuh menjadi mandiri. Kesejahteraan psikologis timbul akibat dukungan sosial dan kepribadian yang tangguh (*hardiness*). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dan kepribadian yang tangguh (*hardiness*) dengan kesejahteraan psikologis pada wanita bekerja. Subjek penelitian sebanyak 60 wanita bekerja. Metode pengumpulan data menggunakan skala kesejahteraan psikologis skala dukungan sosial dan skala *hardiness*, teknik *sampling* dengan *quota sampling*. Metode analisis data menggunakan analisis regresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ( $R$ ) 0.583;  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ) yang artinya ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan *hardiness* dengan kesejahteraan psikologis, dimana semakin tinggi dukungan sosial dan *hardiness* maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis. Begitu sebaliknya semakin rendah dukungan sosial dan *hardiness* maka semakin rendah kesejahteraan psikologis seseorang. Sumbangan efektif dukungan sosial dan *hardiness* sebanyak 34% dalam penelitian ini.

**Kata kunci :** Dukungan Sosial, *Hardiness* dan Kesejahteraan Psikologis

## Abstract

*Psychological well-being is a condition experienced by an individual either being happy, unhappy, satisfied, or pleased felt by himself/herself regarding problem and satisfaction in his/her life, therefore, it can help the individual in controlling the life and growing independently. Psychological well-being emerged due to the social support and a strong personality (hardiness). The purpose of this research was to know the correlation between social support and hardiness and psychological well-being in career women. The subjects of the research were 60 career women. The methods of collection data used the scale of psychological well-being, the scale of social support, and the scale of hardiness. The technique of sampling used quota sampling. The method of data analysis used the regression analysis. The results of the research revealed that ( $R$ ) 0.583;  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ) that meant that there was a positively significant correlation between social support and hardiness and psychological well-being, in which the higher the social support and the hardiness, the higher the psychological well-being was. On the contrary, the lower the social support and the hardiness, the lower the psychological well-being of someone was. The effective contribution of social support and hardiness was as much as 34% in this research.*

*Keywords: Social support, Hardiness and Psychological well-being*

## 1. PENDAHULUAN

Di era globalisasi yang semakin maju dan berkembang, banyak industri dan perusahaan yang tersebar luas di berbagai wilayah Indonesia, sehingga tercipta banyak sekali lapangan kerja dan saat ini yang dibutuhkan oleh perusahaan bukan hanya karyawan pria melainkan juga karyawan wanita. Wanita bekerja sekarang pun terdiri dari berbagai usia, dari usia dua puluh tahun hingga ibu rumah tangga. Memang dengan banyaknya lapangan kerja membuat kesempatan wanita untuk bekerja terbuka lebar

dan keadaan ekonomi keluarga yang kurang semakin membuat keinginan wanita untuk bekerja semakin besar.

Pada umumnya wanita bekerja untuk mengisi waktu luang dan memanfaatkan pendidikan yang telah ditempuhnya, hal ini sesuai dengan penuturan dari Susanto (2010) dalam penelitiannya dengan subjek anggota IWAPI (Ikatan Pengusaha Wanita Indonesia) cabang kota Semarang sebanyak 52 orang dan metode pengumpulan data dengan kuesioner yang menyatakan bahwa alasan wanita bekerja yaitu untuk memanfaatkan waktu luang sebagai hiburan daripada menganggur.

Menurut Ningrum (2006) yang dapat dikatakan wanita bekerja adalah wanita yang bekerja diluar rumah dan mendapatkan uang sebagai upah kerjanya. Keputusan dari seorang wanita untuk bekerja pun tentunya memiliki manfaat bagi dirinya sendiri, suami dan anak-anaknya, adapun manfaat bekerja bagi seorang wanita dapat meningkatkan perasaan kompeten dan kesejahteraan.

Wawancara yang dilakukan peneliti terhadap wanita yang bekerja di PT. Tifontex memperoleh hasil bahwa subjek yang berinisial YS (47 tahun) merasa dengan bekerja dapat menghabiskan waktu dan membantu finansial keluarga. Selain itu subjek merasa sangat bersalah apabila harus meninggalkan anaknya dirumah bersama dengan pengasuh karena subjek khawatir apakah anaknya diasuh dengan baik. Apalagi ketika anak sakit subjek sangat merasa tertekan karena harus menjaga anaknya padahal dikantor subjek memiliki tugas yang cukup banyak. Maka dari itu subjek sangat membutuhkan dukungan suami untuk membuat hidupnya bahagia atau membantu meringankan beban dalam menjalani kehidupan sehari-harinya. Subjek merasa tanpa dukungan suami membuatnya jadi tidak tenang dalam bekerja karena suami merupakan kepala rumah tangga yang memiliki tanggung jawab atas dirinya. Maka dari itu, dengan ijin dan dukungan suami membuat subjek merasa bebas dan tidak terbebani secara psikis.

Kesejahteraan merupakan hal yang sangat penting dalam kasus seperti ini karena untuk menjalani kehidupan sebagai ibu rumah tangga dan karyawan membutuhkan pikiran dan perasaan yang tenang agar bisa menyikapi tuntutan-tuntutan dari dua peran tersebut. Dijelaskan oleh Ryff (1995) individu yang sejahtera adalah seseorang yang membangun hubungan dengan baik dan positif didasari oleh kepercayaan yang ada karena kesejahteraan psikologis merupakan bagian kehidupan yaitu berkembangnya seseorang dalam melewati masalahnya sehingga menerima kekurangan, kebaikan dan mampu membina hubungan dengan orang lain seperti keluarga (suami dan anak), rekan kerja maupun orang lain.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis menurut Notodisuryo (2012) ialah faktor demografis, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, faktor lingkungan, dukungan sosial, evaluasi, pengalaman, usia, dan kepribadian yang tangguh (*hardiness*).

Pada kasus yang dialami DMA (28 tahun) yang bekerja di PT. Permodalan Nasional Madani, dengan waktu bekerja dari pagi hingga malam hari, subjek merasa kelelahan jika harus mengerjakan pekerjaan rumah lagi. Sehingga subjek sering meninggalkan pekerjaan rumah dan merasa membutuhkan bantuan dari suami untuk mengerjakan pekerjaan rumah. Karena hal tersebut suami subjek sering menegurnya untuk mengerjakan pekerjaan rumah.

Penelitian yang dilakukan oleh Purnamasari (2012) terhadap karyawan dengan memberi beberapa pertanyaan dan menghasilkan kesimpulan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh cukup besar dalam mendukung kesejahteraan psikologis karyawan sehingga karyawan mampu bekerja dengan tenang, tidak merasa tertekan dengan kondisi dirumah sehingga dapat berkonsentrasi mengerjakan pekerjaan, menjadi loyal, termotivasi bekerja dan sebagainya.

Berdasarkan pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dapat berpengaruh cukup besar dalam aspek psikologis karyawan. Karena setiap orang menginginkan kesejahteraan berupa dukungan sosial yaitu tetangga, kerabat, suami maupun keluarga. Menurut Sarafino (1994) dukungan sosial mengacu pada kenyamanan yang diberikan seseorang.

Seperti yang telah disebutkan di atas bahwa dalam menjalani kehidupannya sebagai pekerja, wanita sangat membutuhkan dukungan sosial, selain dukungan dari luar, wanita juga memerlukan

suatu pertahanan dalam dirinya. Pertahanan disini adalah biasa disebut dengan *hardiness*. Menurut Kobasa (1979) *hardiness* merupakan suatu kepribadian yang membuat individu menjadi mampu menghadapi masalah yang berat, kesehatan yang tidak baik dan cara mengatasi keadaan situasi yang menekan.

Dalam hal ini bisa di ambil contoh dari penelitian yang telah dilakukan oleh Hutomo (2014) dengan subjek pengajar Sekolah Luar Biasa B dan C sebanyak 3 orang, menggunakan metode wawancara dan observasi. Yang dimana menjadi pengajar SLB tentu tidak sama dengan pengajar pada sekolah umum. Membutuhkan komitmen dan kesabaran yang ekstra dalam menghadapi anak didiknya yang mana membutuhkan perlakuan khusus. Dalam penelitian tersebut diperoleh hasil bahwa sebanyak 61,1% subjek mengalami gejala stress sedang. Lalu dari hasil yang disebutkan diatas muncul satu pertanyaan besar, bagaimana para pengajar SLB mampu menjalani semua tekanan yang mereka alami? Kesimpulan dari penelitiannya adalah dengan kepribadian yang tangguh (*hardiness*) para pengajar SLB dapat menjalani semua tekanan yang dialami.

Dari hasil penelitian tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa dalam menjalani tugasnya sebagai pengajar di SLB yang mengalami stress, pengajar dapat menggunakan *hardiness* dalam menekan rasa stress yang dialaminya. Dengan itu tekanan yang dialami pengajar akan terasa ringan jika dari dalam diri subjek memiliki sistem perlawanan untuk menahan semua tekanan dengan baik yang pada akhirnya akan memberi efek kekuatan dalam menghadapi masalah. Menurut Asih (2015) ketika seseorang memiliki kepribadian *hardiness* yang identik dengan tahan akan tantangan dan dapat mengubahnya menjadi kesenangan akan memberikan manfaat yang baik.

Berdasarkan berbagai masalah diatas, penulis ingin melakukan penelitian dengan rumusan masalah yang muncul yaitu “Adakah Hubungan antara Dukungan Sosial dan *Hardiness* dengan Kesejahteraan psikologis pada Wanita Bekerja?”.

## 2. METODE

Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah wanita bekerja di DPPKAd (Dinas Pendapatan Pengelolaan Keuangan dan Aset daerah) kabupaten Boyolali yang telah berkeluarga atau belum berkeluarga dan telah menjadi PNS ataupun belum menjadi PNS dengan populasi sebanyak 90 orang.

Sampel dalam penelitian ini mengambil subjek sebanyak 60 orang dengan ciri-ciri wanita yang sudah menjadi PNS atau belum menjadi PNS, yang dikarenakan peneliti di berikan jumlah batasan dari pihak DPPAd untuk ijin penyebaran kuesioner. Sehingga teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *quota sampling*. Setelah mendapatkan ijin dan jumlah yang diperbolehkan, peneliti memberi kuesioner kepada koordinator, lalu kuesioner ditinggal dan jika sudah selesai sampai memenuhi *quota* yang ditentukan, peneliti dihubungi kembali oleh pihak koordinator.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode kuantitatif dengan menyebarkan angket. Alat pengumpulan data menggunakan skala dukungan sosial, skala *Hardiness* dan skala kesejahteraan psikologis. Skala pada penelitian ini menggunakan skala *likert* dengan alternatif jawaban dan terdiri dari dua jenis aitem, yaitu *favourable* dan *unfavourable*.

Dalam penelitian ini, untuk mengetahui hasilnya menggunakan Analisis Regresi program SPSS (*Statistical Program for Social Science*) yang dikarenakan seperti tujuan yang sudah ada peneliti ingin mengetahui hubungan antara Dukungan Sosial dan *Hardiness* dengan Kesejahteraan Psikologis. Yang mana menggunakan 2 variabel bebas dan 1 variabel tergantungan.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil perhitungan teknik analisis regresi, maka diperoleh nilai (R) sebesar 0.583;  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ). Nilai (R) positif yang artinya ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan *hardiness* dengan kesejahteraan psikologi pada wanita bekerja. Semakin tinggi dukungan sosial dan *hardiness* maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis, sebaliknya semakin rendah

dukungan sosial dan *hardiness* maka semakin rendah kesejahteraan psikologis. Dalam penelitian ini dapat dikatakan dukungan sosial kategori sangat tinggi, *hardiness* kategori sangat tinggi, dan kesejahteraan psikologis juga tergolong kategori sangat tinggi.

Hasil tersebut sesuai dengan Isnawati (2013) semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi kesejahteraan psikologis pada wanita bekerja dan dukungan sosial dapat membantu perkembangan pribadi yang lebih positif maupun memberi dukungan pada individu dalam menghadapi masalah hidup sehari-hari dan terdapat enam dimensi hubungan positif dengan orang lain.

Dan sesuai dengan pernyataan Retnowati (2009) mengatakan bahwa jika seseorang memiliki kepribadian tangguh (*hardiness*), itu akan mengurangi rasa stres yang akibat tekanan sehingga seseorang akan merasa tenang dan sejahtera di dalam dirinya. Semakin tinggi kepribadian tangguh (*hardiness*) maka semakin tinggi rasa sejahtera yang dirasakan. Dari teori tersebut peneliti mengatakan bahwa kesejahteraan psikologis adalah ketika seseorang memiliki kepribadian *hardiness* dalam dirinya.

Seperti yang telah disebutkan di atas bahwa dalam menjalani kehidupannya sebagai pekerja, wanita sangat membutuhkan dukungan sosial, selain dukungan dari luar, wanita juga memerlukan suatu pertahanan dalam dirinya. Pertahanan disini adalah biasa disebut dengan *hardiness*. Menurut Hutomo (2014) *hardiness* berfungsi sebagai sumber perlawanan pada saat individu mengalami kejadian yang membuatnya stress atau tertekan.

Sumbangan efektif variabel dukungan sosial dan *hardiness* terhadap kesejahteraan psikologis pada wanita bekerja sebesar 34 % dapat dilihat dari  $r^2 = 0,340$ . Hasil tersebut menunjukkan terdapat 66 % variabel lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis diantaranya berupa religiusitas, dukungan sosial, mawas diri, pernikahan, pengalaman hidup, latar belakang budaya, usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan pekerjaan.

Uji normalitas sebaran diperlukan guna mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal jika signifikan lebih besar dari 5 % atau 0,05. Hasil uji normalitas variabel dukungan sosial menunjukkan nilai *Komogororov-Smirnov Z* sebesar 0,907 dengan  $p\text{ value} = 0,384 > 0,05$  yang artinya sebaran data memenuhi distribusi normal. Hasil uji normalitas variabel *hardiness* menunjukkan nilai *Komogororov-Smirnov Z* sebesar 1,084 dengan  $p\text{ value} = 0,190 > 0,05$  yang artinya sebaran data memenuhi distribusi normal. Hasil uji normalitas variabel kesejahteraan psikologis menunjukkan nilai *Komogororov-Smirnov Z* sebesar 0,775 dengan  $p\text{ value} = 0,585 > 0,05$  yang artinya sebaran data memenuhi distribusi normal. Datapet dilihat pada table berikut:

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Koefisien K-Z-S	Signifikansi	Keterangan
Dukungan Sosial	0,907	0,384 ( $p > 0,05$ )	Normal
Hardiness	1,084	0,190 ( $p > 0,05$ )	Normal
Kesejahteraan Psikologis	0,775	0,585 ( $p > 0,05$ )	Normal

Uji linearitas diperlukan untuk mengetahui apakah variabel bebas (Dukungan Sosial dan *Hardiness*) dengan variabel tergantung (kesejahteraan psikologis) memiliki korelasi yang searah (linier) atau tidak. Hasil uji linearitas hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis diperoleh nilai F sebesar 0,888 hasil dari keterangan Deviation From Linearity dihasilkan signifikansi ( $p$ ) = 0,620 dengan  $p > 0,05$  hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel bebas (dukungan sosial) dengan variabel tergantung (kesejahteraan psikologis) memiliki korelasi yang searah (linier), artinya ada hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis.

Hasil uji linearitas hubungan antara *hardiness* dengan kesejahteraan psikologis diperoleh nilai F sebesar 1,247 hasil dari keterangan Deviation From Linearity dihasilkan signifikansi ( $p$ ) = 0,287 dengan  $p > 0,05$  hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel bebas (*hardiness*) dengan variabel



tergantung (kesejahteraan psikologis) memiliki korelasi yang searah (linier), artinya ada hubungan antara *hardiness* dengan kesejahteraan psikologis.

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

Variabel	F deviation from linearity	Signifikansi	Keterangan
Dukungan Sosial dengan kesejahteraan psikologis	0,888	0,620 ( $p>0,05$ )	Linear
Hardiness dengan kesejahteraan psikologis	1,247	0,287 ( $p>0,05$ )	Linear

Pada kesejahteraan psikologis secara keseluruhan berada pada kategori sangat tinggi yaitu sebanyak 49 subjek dari 60 subjek berada pada kategori sangat tinggi. Sedangkan 6 subjek pada kategori tinggi, 5 subjek berada pada kategori sedang.

Pada dukungan sosial secara keseluruhan berada pada kategori sangat tinggi yaitu sebanyak 56 subjek dari 60 subjek berada pada kategori sangat tinggi. Sedangkan 3 subjek pada kategori tinggi dan 1 subjek berada pada kategori sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kebanyakan wanita bekerja memiliki pengaruh dalam dukungan sosial.

Pada *hardiness* secara keseluruhan berada pada kategori sangat tinggi yaitu sebanyak 44 subjek dari 60 subjek berada pada kategori sangat tinggi. Sedangkan 3 subjek pada kategori tinggi dan 13 subjek berada pada kategori sedang.

Semakin tinggi dukungan sosial dan *hardiness* seseorang maka akan semakin tinggi munculnya kesejahteraan psikologis pada wanita bekerja. Berdasarkan uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa dukungan sosial dan *hardiness* memiliki hubungan terhadap kesejahteraan psikologis.

#### 4. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan *hardiness* dengan kesejahteraan psikologis, yang artinya semakin tinggi dukungan sosial dan *hardiness* maka semakin tinggi pula kesejahteraan psikologis. Begitu pula sebaliknya semakin rendah dukungan sosial dan *hardiness* maka semakin rendah kesejahteraan psikologis seseorang. Kontribusi dukungan sosial dan *hardiness* terhadap kesejahteraan psikologis dalam penelitian ini sebesar 34%. Dan dalam penelitian ini kesejahteraan psikologis tergolong sangat tinggi, dukungan sosial tergolong sangat tinggi dan *hardiness* tergolong sangat tinggi.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Asih, F & Trisni, L. (2015) Hubungan Antara Kepribadian Hardiness dengan Burnout pada Perawat Gawat Darurat di Rumah Sakit Pantiwilasa Atarum. *Psikodimensia*, 14 (1), 11-23.
- Hutomo, I. S. (2014). *Kepribadian Tangguh (Hardiness) Pada Guru Sekolah Luar Biasa B dan C*. (Skripsi). Program Sarjana Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Isnawati, D. (2013). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Masa Persiapan Pensiun Pada Karyawan PT Pupuk Kaltim. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, 2(1), 1-6.
- Kobasa, S.C. (1979). Stressful Life Event Personality and Health: An Inquiry Into Hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11.
- Ningrum, D. W. (2006). Fear of Success pada Wanita Jawa yang Bekerja. *Jurnal Psikologi*, 1, 1-12.
- Notodisuryo, P. R. (2012). Kesejahteraan Psikologis Perempuan Dewasa Muda yang Mengalami Perceraian Orang Tua. *Jurnal Psikologi UI*, 2, 1-4.

- Purnamasari. (2012). Riset SDM Mengapa Perlu Dukungan Sosial Bagi Karyawan. Diunduh dari kompasiana: [http://www.kompasiana.com/dewilailypurnamasari/riset-sdm-mengapa-perlu-dukungan-sosial-bagi-karyawan\\_550dac3d8133114f2cb1e57a](http://www.kompasiana.com/dewilailypurnamasari/riset-sdm-mengapa-perlu-dukungan-sosial-bagi-karyawan_550dac3d8133114f2cb1e57a)
- Retnowati, S. (2009). *Hardiness, Harga Diri, Dukungan Sosial dan Depresi Pada Remaja Penyintas Bencana Di Yogyakarta. Jurnal Psikologi Humanitas, VI(2)*, 105-122.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being In Adult Life. *Journal of Psychological Sains, 4(4)*, 99-104.
- Sarafino. (1994). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction*. John Willey and sons: USA.
- Susanto. (2010). Analisis Pengaruh Konflik Kerja-Keluarga terhadap Kepuasan Kerja Pengusaha Wanita di Kota Semarang. *Aset, 12(1)*, 75-85.